

Laitue romaine grillée avec une sauce César



Photos: © Innovations-Genossenschaft dieCuisine



Conseils supplémentaires

de John Vosanibola

Chef chez dieCuisine

- Ajoutez en garniture des noix finement hachées, des oignons marinés ou 1 à 2 filets d'anchois.
- Pour un goût plus intense, utilisez davantage de parmesan.
- Se marie bien avec la viande grillée, le poisson, etc.



env. 4 portions



30 min

6 laitues romaines (coupées en deux dans le sens de la longueur)

100 g de tomates cerises (coupées en deux)

Un peu d'huile (facultatif)

Sauce César

80 g de séré à la crème

80 g de mayonnaise

80 g de crème fraîche

40 g de parmesan râpé

1 petite gousse d'ail (finement hachée)

10 g de moutarde

2 c. à c. de jus de citron

1 c. à c. de sauce soja

Sel et poivre noir



Préparation

Dans un saladier, mélanger le fromage blanc, la mayonnaise et la crème fraîche jusqu'à obtenir une texture lisse. Ajouter le parmesan, l'ail, la moutarde, le jus de citron et la sauce soja, puis bien mélanger. Assaisonner avec du sel et du poivre. Laisser reposer la sauce au réfrigérateur pendant 30 minutes pour que les saveurs se mélangent bien.

Pendant ce temps, badigeonner la laitue romaine d'un peu d'huile (facultatif) et la faire griller 3 à 5 minutes de chaque côté sur un barbecue chaud ou dans une poêle à griller, jusqu'à ce qu'elle soit dorée.

Déposer un peu de sauce César dans l'assiette, y disposer la laitue grillée et garnir de tomates cerises. Servir et déguster.